WALK-NOTE GOLF ウオーク･ノート ゴルフ WZ530

ポケット歩数計・取扱説明書

お買い上げいただき、誠にありがとうございます。
ご使用の前に、この取扱説明書をよくお読みの上、正しくお取り扱いください。また、お読みになった後も必要なときすぐに見られるよう、大切に保管してください。

目　次

セイコースポーツライフ株式会社

安全上のご注意

製品を安全に正しくお使いいただき、あなたや他の人への危害や財産への損害を未然に防ぐための重要な内容を表示しています。その表示と意味は次のようになっています。

⚠警告	この表示の内容を無視して、誤った取り扱いをすると、人が死亡または重傷を負う可能性が想定される内容を示しています。
⚠注意	この表示の内容を無視して、誤った取り扱いをすると、人が傷害を負ったり、物的損害の発生が想定される内容を示しています。

絵表示の例

	⃠記号は、禁止の行為であることを告げるものです。 左の表示例は「分解禁止」を表しています。
	●記号は、行為を強制したり、指示する内容を告げるものです。

⚠警告

・やむを得ず本製品から電池を取り出した場合は、電池は直ちに幼児の手の届かないところに保管してください。
・万一、電池や電池ブタを飲み込んだ場合は、身体に害があるため、直ちに医師とご相談ください。

本製品を分解、修理、改造しないでください。故障やショートの原因となります。

水につけたり、水をかけたりしないでください。また、水滴のついた手で、操作しないでください。ショートや感電の恐れがあります。

電池を火の中に入れないでください。破裂や発熱、発火の恐れがあります。

安全上のご注意

⚠注意

電池の⊕⊖を正しく装着してください。故障の原因となります。

次のような場所での使用や保存はしないでください。
故障の原因となります。
・温度が極端に高い場所（直射日光の当たる場所など）
・水気の近く（風呂場、洗面台など）や湿度の高い場所
・ホコリの多い場所
・振動・傾斜・衝撃のある場所
・磁気や静電気の影響のある場所
・化学薬品の蒸気が発散しているところ
・薬品に触れる場所

落としたり、強くぶつけたりしないでください。故障やけがの原因となります。

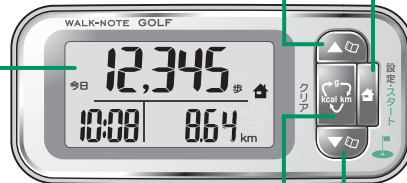
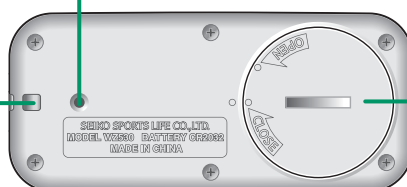
本製品をズボンの後ろポケットに入れないでください。けがをしたり、破損する恐れがあります。

ひもやストラップをもって振り回さないでください。当たってけがをしたり、破損する恐れがあります。

ひもやストラップを付けて首からさげる場合は、引っ張られたり、引っかからないようにしてください。
けがをする恐れがあります。

お手入れにはシンナー、アルコールは使用しないでください。故障の原因となります。

洗濯機に入れたり水中に落とさないでください。故障の原因となります。

各部のなまえ

準備（歩幅・体重・時刻の設定）

お買い上げいただいた本製品にはすでに電池が組み込まれています。ただし付属の電池はモニター用ですので、所定の寿命に満たない場合があります。

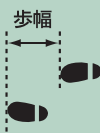
表示パネルに貼られている保護シールをはがしてください。

☞ お買い上げ時は何も表示されていません。

いずれかのボタン ▲ ▼ kcal km 🏠 を2秒以上長押ししてください。
→歩幅の設定をします。

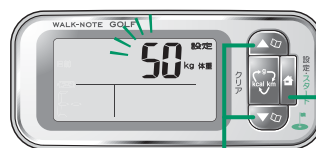
☞ **歩幅について**

つま先からつま先までが歩幅です。
歩幅の目安は「身長−100㎝」ですが、歩き方や歩く速さによって変わりますのでご注意ください。
例）100mを125歩で歩いた場合は
100m/125歩=80㎝
と設定します。

歩幅

歩幅の設定

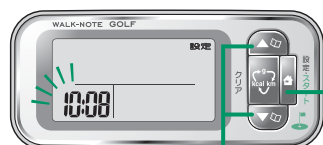
① ▲▼で歩幅を合わせます。
増やす▲　減らす▼
- 設定範囲：30〜150㎝
- 長押し：5㎝単位早送り

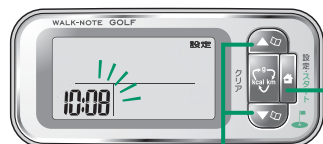
② 🏠を押します。
→体重の設定に移動します。

体重の設定

③ ▲▼で体重を合わせます。
増やす▲　減らす▼
- 設定範囲：20〜120kg
- 長押し：5kg単位早送り

④ 🏠を押します。
→時刻の設定に移動します。

準備（歩幅・体重・時刻の設定）

時刻の設定

⑤ ▲▼で「時」を合わせます。
増やす▲　減らす▼
- 24時間表示
- 長押し：1時間単位早送り

⑥ 🏠を押します。
→「分」の設定に移動します。

⑦ ▲▼で「分」を合わせます。
増やす▲　減らす▼
- 長押し：1分単位早送り

⑧ 🏠を押します。

以上で設定が完了しました。

設定を変更したい場合

設定を間違えたり、変更したい場合の操作です。

🏠を2秒以上押し続けます。
設定を行う状態になります。

歩幅、体重、時刻の順に設定しなおします。➡ 5 ページ

☞ 過去データを表示中は設定できません。
🏠を押して、ホーム画面に戻してから設定してください。
➡ 15 ページ

☞ 設定中は歩数をカウントしません。

装着のしかた

両足を交互に踏み込みながら歩くことで起こる上下の振動を3D加速度センサーで感知し、歩行データを計測して、表示します。
ズボンのポケットやバッグの中、またはひもやストラップを付けて首からさげても計測できます。

☞ **ズボンの後ろポケットには入れないでください。**
後ろポケットに入れたまま座ると、破損する場合があります。

好きなスタイルで装着可能

ポケットで
シャツの胸ポケットや
ズボンのポケットでも

カバンで
手下げカバンや
ショルダーバッグでも

ストラップで
ひもやストラップで
首からさげて

※ネックストラップは付属しておりません。
市販のものをご利用ください。

落下防止用ストラップの付けかた

落下防止のため、クリップを衣服やバッグの端にはさんでご使用ください。

● 歩き始めから約6秒間は、動きが歩行であるかどうかを本製品が見極めている段階なので歩数を表示しません。しばらく歩き続けるとその間の歩数をまとめて表示し、その後は歩行に合わせて一歩ずつ加算します。
（ゴルフモードでは、歩き始めから約2秒間は歩数を表示しません。）

● 次の場合は、正確に歩行が測定できない可能性があります。

ジョギングや極端に遅い速度での歩行
走っているときや極端に遅い速度で歩く場合には正しく測定できません。

本製品が不規則に動くとき
- カバンや首からさげたとき、からだなどに当たってはねている場合
- カバンやポケットの中で不規則に動く場合

不規則な歩行
- すり足のような歩行
- サンダル、草履などの履き物での歩行

上下運動や振動の多い所で使用
- 山登りなどの急斜面や階段での昇り降り
- 立ったり、座ったりする動作
- 乗り物（自動車、電車、バスなど）に乗車中の振動

保証・アフターサービスについて

1. 保証書の「販売店名、お買い上げ日」等の記入をお確かめになり、保証書内容をよくお読みの上、大切に保管してください。なお、保証書の再発行はいたしません。
2. 故障等のご相談について
ご使用中に異常が生じた時は、お使いになるのをやめ、お買い上げの販売店または下記のセイコースポーツライフ株式会社にご相談ください。
3. 保証期間中に修理を依頼されるとき
お買い上げ日から1年以内は、保証書を添えて製品をお届けください。保証書の記載内容により無料修理いたします。
4. 保証期間経過後に修理を依頼されるとき
修理により製品の機能が維持できる場合は、ご要望により有料で修理いたします。
5. 個人情報のお取り扱いについて
弊社は、お客様より弊社にお知らせいただいた個人情報（お客様の氏名・住所など）を商品・サービス等に関わるご相談、および修理の対応のみを目的として利用させていただき、適切に管理いたします。
弊社は、上記の対応業務を当社の協力会社等に委託する場合、法令に基づき必要と判断される場合、その他正当な理由のある場合を除き、お客様の個人情報を第三者へ開示しません。また、委託先に対して、適切な管理・監督を行います。個人情報のお取り扱いについての詳細は、弊社Webサイト
http://www.seiko-sl.co.jpをご覧ください。

セイコースポーツライフ株式会社　歩数計係
http://www.seiko-sl.co.jp
〒113-0024　東京都文京区西片1-17-8　KSビル
TEL(03)6834-2759(代)
FAX(03)6834-2763

＊上記のセイコースポーツライフ歩数計係の所在地、電話番号は変更することがあります。

保　証　書

歩数計　WZ530		
販売店	お買い上げ日	年　月　日
	保証期間	お買い上げ日より 1 年
	住所	
	店名	印
お客様	＊ご住所　〒	TEL
	＊お名前	

＊欄はお客様がご記入ください。

無料修理規定

1. 取扱説明書などの注意書きに従った正常な使用状態で保証期間内に故障した場合には、この保証書を添えて、お買い上げの販売店または下記のセイコースポーツライフ株式会社にお届けください。無料修理いたします。
2. 保証期間内でも次の場合には有料修理となります。
1) 使用上の誤り、または不当な修理や改造による故障・損傷
2) お買い上げ後の落下、その他の不適切な取り扱いによる故障・損傷
3) 火災・地震・浸水など天災や公害による故障・損傷
4) 消耗部品（電池）
5) 本書の提示がない場合
6) 「販売店、お買い上げ日」の記入がない場合
3. 保証書は本書に明示した期間、条件のもとにおいて無料修理をお約束するものです。したがってこの保証書によってお客様の法律上の権利を制限するものではありませんので、保証期間経過後の修理などについてご不明な場合は、弊社にお問い合わせください。
4. 本書は日本国内においてのみ有効です。
This warranty is valid only in Japan.

＊お客様にご記入いただいた個人情報は、保証期間内の無料修理対応およびその後の安全点検活動のために利用させていただく場合がございますのでご了承ください。

セイコースポーツライフ株式会社
東京都文京区西片1-17-8　KSビル　〒113-0024
TEL(03)6834-2759(代表)

操作のしかた（ウオークモード）

ホーム画面の見かた

ホーム画面では、今日の歩数と歩行距離、現在時刻が表示されます。

ホーム画面

☞ 約1分間、歩行も操作も行わなかった場合は、画面が消え「省電力モード」になります。歩行をはじめるか、いずれかのボタンを押すと、ホーム画面に戻ります。
☞ 深夜0時になると、今日のデータはメモリーに記録されて、0に戻ります。

歩数以外のデータの見かた

歩行距離、消費カロリー、脂肪燃焼量を表示できます。

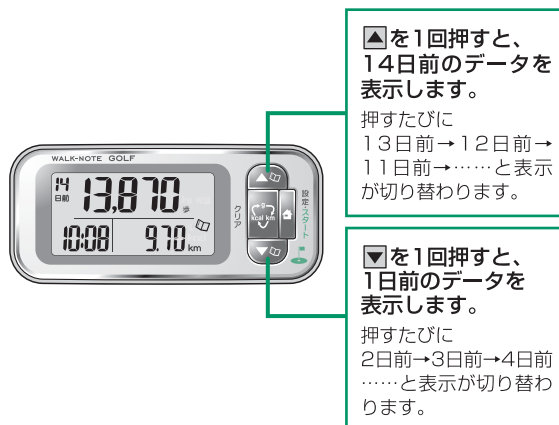
[kcal km]を押します。
押すたびに表示が切り替わります。

操作のしかた（ウオークモード）

過去のデータの見かた

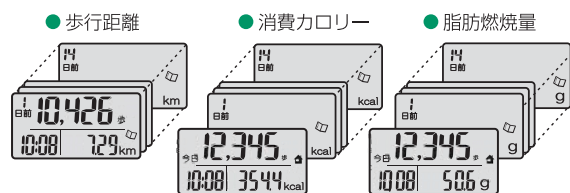
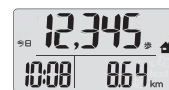
メモリーに記録された過去14日分のデータを表示できます。

▲を1回押すと、14日前のデータを表示します。
押すたびに
13日前→12日前→11日前→……と表示が切り替わります。

▼を1回押すと、1日前のデータを表示します。
押すたびに
2日前→3日前→4日前……と表示が切り替わります。

過去のデータの歩行距離、消費カロリー、脂肪燃焼量を表示できます。

[kcal km]を押します。
押すたびに「消費カロリー」「脂肪燃焼量」「歩行距離」の表示が切り替わります。

ホームボタンの使い方

過去のデータを見た後などに、簡単にホーム画面に戻れます。

[ホーム]を押すと、ホーム画面に戻ります。
今日の消費カロリー、今日の脂肪燃焼量、過去のデータ、いずれのデータ表示からでも戻ります。

ホーム画面
（今日の歩数·歩行距離）

操作のしかた（ウオークモード）

今日のデータを0に戻す

今日の歩数、歩行距離、消費カロリー、脂肪燃焼量を0に戻します。

を押し続けます。
CLEAr（クリア）が表示され、点滅するまで押し続けると0に戻ります。

押し続けると…

☞ 過去のデータ表示からは0に戻せません。
☞ 時刻は変更されません。

ゴルフモード

ゴルフモードでは、目標物からの距離（ヤード）を歩測できます。

距離の基準（ヤーデージ杭やスプリンクラーなど）からボールまでの間を歩くことで、距離（ヤード）を測れます。ゴルフ場での残りの距離などの計測が簡単にできます。

ゴルフモードの使い方

を2秒以上押し続けます。
1日前が表示され、そのまま押し続けるとゴルフモードに切り替わります。

押し続けると…

ゴルフモード画面

歩数、距離（ヤード）がゼロになっていることを確認してから歩測します。
歩測した距離を「ヤード」で表示します。

右下に「y」（ヤード）と表示されます。

ゴルフモード

☞ 過去データを表示中はゴルフモードに切替できません。
を押して、ホーム画面に戻してから設定してください。
➡15ページ

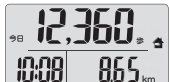
●再度歩測する場合は、歩測データを0に戻します。

を押します。
歩数、距離（ヤード）が0に戻ります。

歩測をスタートします。

●ウオークモードへ切り替える場合

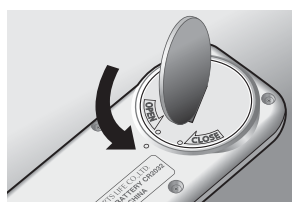
を2秒以上押し続けます。
ウオークモードに切り替わります。

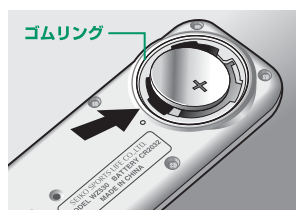
電池交換のしかた

電池が少なくなると

電池が残り少なくなってくると、左側に ⌧ が表示されます。お早めに、下記の型番の新しい電池と交換してください。

電池の型番：CR2032

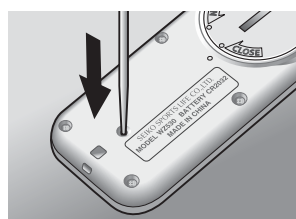
☞ 電池の寿命は、1日8時間使用した場合に約10ヶ月です。
付属の電池はモニター用ですので、電池寿命が短い場合があります。
☞ 電池交換時に消えるデータは、「今日の歩数、歩行距離、消費カロリー、脂肪燃焼量」と「時刻」です。
消えないデータは「歩幅」「体重」「過去のデータ」です。

電池の交換

❶ **電池ブタを外します。**
コインなどで回し、本体の「・」マークにOPENの「・」マークを合わせます。

電池交換のしかた

2 電池を取り出し、新しい電池を入れます。

図の位置から電池を出し入れしてください。⊕面を上にして、斜めに滑り込ませてください。

3 電池ブタを閉めます。

本体の「•」マークにOPENの「•」マークが合う位置に電池ブタをのせ、CLOSEの「•」マークまで回します。
ゴムリングが溝からはみださないように注意してください。

4 システムリセットスイッチを押します。

つまようじなどで押してください。

5 歩幅、体重、時刻の設定を行います。

➡ 5 ページ

困ったときに

ご使用中に異常が発生した場合は、まず次のことを確認してください。
確認しても異常が直らない場合は、お買い上げの販売店またはセイコースポーツライフ株式会社にご連絡ください。
➡ 10 ページ

こんなとき	確認してください
数歩、歩いても歩数が増えない	歩き始めから約6秒間(ゴルフモード中は約2秒間)は歩数を表示しません。 ➡ 9 ページ
表示の値が実際の歩数と異なる	装着のしかたをご確認ください。 ➡ 8 ページ
(電池マーク)が表示された	電池残量が少なくなっています。新しい電池(CR2032)と交換してください。 ➡ 19 ページ
何も表示されない	・省電力モードのときは何も表示されません。いずれかのボタン(ボタン)を押してください。 ・電池の寿命が考えられます。新しい電池と交換してください。 ➡ 19 ページ ・電池の向きが間違っていることが考えられます。電池を正しく入れ直してください。 ➡ 19 ページ

困ったときに

こんなとき	確認してください
表示内容がおかしい 表示が動かない データが消去される	・電池を入れ直してください。 ・ご使用環境で強い静電気、電気的なノイズを受けた場合、表示が欠ける、カウントをしない、データが消去される場合があります。システムリセットスイッチを押すと、表示や動作が正常に戻る場合がありますのでお試しください。 ➡ 19 ページ
過去のデータを消去したい	本製品は過去のデータを消去できません。
ゴルフモードにて、歩数や歩測した距離が実際と異なる	・歩幅を正しく設定してください。 ➡ 4 ページ ・歩き始める前の振動を歩数としてカウントする場合があります。ご注意ください。 ➡ (ホームボタン)を押すと0に戻ります。
ゴルフモード中の歩数が、今日の歩数に加算されない	ゴルフモード中の歩行が約6秒未満の場合は加算されません。

主な仕様

項　目	仕　様
検出方法	3D加速度センサー
表示内容	歩数　0～99,999歩 歩行距離　0.00～999.99㎞ 0～99999yard 消費カロリー　0.0～9999.9kcal 脂肪燃焼量　0.0～999.9g 時刻　時・分表示　24時間表示
メモリー	歩数 歩行距離 消費カロリー 脂肪燃焼量　1～14日分
使用温度範囲	0℃～40℃
歩数精度	±5%（振動試験機による）
時計精度	月差±30秒以内（常温22℃にて）
使用電池	リチウム電池 1個（CR2032）
電池寿命	約10ヶ月（1日8時間携帯した場合）
外形寸法	幅75.0×高さ33.5×厚さ10.8㎜
表示寸法	幅39.0×高さ19.8㎜
質量	約25g（電池含む）
材質	ABS樹脂、アクリル
付属品	落下防止用ストラップ、モニター用電池（内蔵） 取扱説明書（保証書付）

● 製品の仕様、外観は改良のため予告なく変更することがあります。